

Кибербуллинг: как контролировать экосистему взаимодействия ребенка с интернет-средой?

Что я буду говорить	Какой материал будет на слайде
Приветствие. Мы сегодня будем говорить о кибербуллинге. К сожалению, в наше время данная тема набирает всё большую актуальность.	1 слайд.
Сегодня мы обсудим следующие вопросы: • Что такое кибербуллинг? • Цели кибербуллинга. • Кто становится жертвами? • Симптомы кибербуллинга. • Как избежать кибербуллинга? • Что делать в ситуации кибербуллинга?	2 слайд.
Знакомо ли вам это слово? Что оно означает? Кибербуллинг – это запугивание и травля с использованием цифровых технологий. Сейчас в некоторых западных странах есть даже уголовная ответственность за интернет-травлю. Например, в Германии уличенный в ней взрослый может получить до 10 лет тюрьмы, подросток – арест до 5 лет или принудительные работы. Кибербуллинг – проблема любой страны. Каждый шестой виртуальный конфликт со временем перерастает в реальный. Почти 60% родителей вмешиваются, чтобы защитить своего ребенка от агрессии. Кибербуллинг – это не просто конфликт. В конфликтной ситуации, как правило, у противоборствующих сторон есть возможность высказать разные точки зрения на один и тот же вопрос. А в ситуации насилия – в том числе в киберпространстве – никаких точек зрения уже нет. Есть жертва – и есть вожак, «буллер». Кроме того, процесс насилия обычно развивается циклами. Он проявляется с периодичностью – иногда ежедневно и в течение длительного времени.	3 слайд.
Чтобы сводить счеты друг с другом, школьники начали выбирать дистанционное взаимодействие. Цель кибербуллинга – напугать, разозлить или опозорить тех, кого преследуют. Например:	4 слайд.

• Распространение ложной информации или размещение непристойных фотографий кого-либо в социальных сетях; • Отправка оскорбляющих сообщений или угроз через платформы обмена сообщениями; • Выдача себя за другое лицо и отправка непристойных сообщений от его имени.	
Травля в реальной жизни и кибербуллинг часто могут происходить одновременно. Но интернет-травля оставляет цифровой след – запись, которая может оказаться полезной и стать доказательством, необходимым для прекращения запугиваний. Кто же может стать жертвой кибербуллинга? Лица, имеющие: низкий уровень самооценки; социальную тревожность; слабо развитые навыки общения; низкий уровень цифровой компетентности; низкий уровень социальной адаптации. Также жертвами часто становятся школьники, испытывающие дефицит внимания со стороны родителей.	5 слайд.
А теперь мы поговорим о том, как интернет-травля влияет на человека, какие симптомы могут свидетельствовать о кибербуллинге. Симптомы условно можно разделить на психологические, эмоциональные и физиологические. К психологическим можно отнести: человек грустит, испытывает неловкость, кажется самому себе глупым или злится. Эмоциональные симптомы: человек начинает стыдиться своих увлечений или теряет к ним интерес. Физиологические: усталость (проблемы со сном), боли в животе, головные боли.	6 слайд.
Как избежать кибербуллинга? • Технические решения. Фейсбук, «ВКонтакте» и другие социальные сети позволяют избавиться от неприятных комментариев и сообщений с помощью настроек. Вы также можете запретить людям отмечать себя в записях и на фотографиях. В конце концов, обидчиков можно просто заблокировать. Кроме того, если кто-то оскорбляет вас или вашего ребенка в социальной сети, на него можно пожаловаться администрации ресурса с помощью кнопки «Report» («Пожаловаться»). • И взрослым, и детям не стоит публиковать в открытом доступе личные данные – например,	7 слайд.

номер телефона. Жертвам кибербуллинга важно не оставаться с преследованием один на один – надо с кем-то поделиться. Родителям подростков советуют следить за тем, что ребенок делает в интернете, и быть готовыми помочь ему в трудной ситуации. К сожалению, часто бывает так, что дети не хотят говорить родителям о таких вещах, а сами взрослые не замечают проблем. Поэтому хорошо бы хотя бы держать в голове, что кибербуллинг существует и он может вести к серьезным психологическим сложностям.	
Подросткам советуют обращаться за поддержкой к учителям и родителям. В России есть горячая линия для подростков, столкнувшихся с преследованием в интернете. Советы родителям: - Узнайте, на какой площадке (во Вконтакте и т.п.) происходит травля. - Сообщите о произошедшем представителям социальной сети. - Подумайте, кому еще нужно сообщить о ситуации. Пытаться выяснять отношения с обидчиками самостоятельно чаще всего бесполезно и может все ухудшить. - Сохраните доказательства – не удаляйте буллинговые электронные письма или сообщения. - Помогите ребенку изменить настройки его профиля в социальных сетях. Сделайте ребенку ограниченную учетную запись. - Поддержите ребенка. Расскажите ему о том, что он не виноват. - До ребенка важно донести, что с незнакомцами в интернете нужно общаться как с незнакомыми на улице и не добавлять их в друзья. Если контакт с ребенком есть – а так, к сожалению, бывает не у всех родителей – попросите его обязательно держать вас в курсе о развитии ситуации и не отвечать на оскорбления. Настройте компьютер ребенка – установите антивирус, включите фаервол, настройте браузер. Объясните ребенку, что ему стоит игнорировать звонки и СМС с незнакомых номеров.	8-9 слайд.

3 декабря 2021г. – день старта горячей линии психологической помощи для каждого, кто столкнулся с кибербуллингом. Позвонив на номер 8-800-500-24-11, вы получите консультацию психолога, контакты юристов и профильных некоммерческих организаций, которые смогут помочь вам или вашим близким.	10 слайд.
--	-----------

Анкета для родителей

Уважаемые родители, в рамках родительского собрания просьба пройти анонимное анкетирование, ответив максимально честно на следующие вопросы:

1. Ваши данные (пол, возраст семейное положение, тип занятости):

2. В каких социальных сетях Вы зарегистрированы?

3. В каких социальных сетях зарегистрирован Ваш ребенок?

4. Знакомо ли Вам понятие «кибербуллинг»?

- да;
- нет;

5. Знаете ли Вы какие признаки свидетельствуют о кибербуллинге?

- да;
- нет;

6. Какие меры профилактики кибербуллинга Вы реализуете?

- 1) никакие, буду что-то предпринимать только в случае реальной ситуации;
- 2) я поддерживаю с ребенком дружественный контакт, мы обсуждаем разные темы;
- 3) ограничиваю время нахождения ребенка в социальных сетях, постоянно контролирую его действия в виртуальном мире;
- 4) на всех устройствах стоит антивирус – этого достаточно для его защиты;

7. Как Вы будете действовать, если Ваш ребенок окажется в ситуации кибербуллинга?

Спасибо за участие в анкете!